

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
06/06 a 10/06

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06/jun	07/jun	08/jun	09/jun	10/jun
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
mini pão com azeite	melão/melancia	Bolo coco	frutas diversas	Biscoito Papa ovo
suco de manga		suco de abacaxi		suco de melão
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Frango desfiado	Isca de boi acebolada	Frango grelhado	Picadinho com legumes	Moqueca de Peixe
Macarrão ao sugo	Inhame refogado	Farofa colorida		Pirão
	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro
chuchu/espinafre	cenoura/ brócolis	beterraba/alfaca	pepino/tomate	berinjela/couve
Sob: maçã	Sob: mexerica	Sob: melão	Sob: melancia	Sob: banana nanica
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas diversas	Mini Pão com azeite	Banana com aveia	Torrada	Bolo de chocolate(cacau em po)
	Suco de melancia		suco de laranja com cenoura	suco de manga
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Carne ensopada com aipim	Frango Assado	Atum com batatas ao forno	Kibe de carne	Sopa de macarrão com legumes e frango
	canjiquinha		Purê de legumes (inhame e batata)	
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	
couve-flor/couve	repolho/tomate	chuchu/couve	acelga/brocolis	
Sob: melão	melancia	maçã	mexerica	banana nanica
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Nutricionista/CRN ES 06101295	